



Fertilité : trop de télé nuirait gravement à la qualité du sperme

Publié le 04.02.2013, 23h20 | Mise à jour : 05.02.2013, 00h32

Une étude publiée mardi dans le British Journal of Sports montre que les hommes qui passent plus de 20 heures devant la télévision ont un sperme de moins bonne qualité que les autres.



Messieurs, il est temps de lâcher la télécommande... et de se mettre au sport ! Une étude vient de révéler que les accros à la télévision seraient moins fertiles que les autres, tandis que les sportifs acharnés auraient un sperme de meilleure qualité. C'est ce qu'ont montré des chercheurs de l'école de santé publique de Harvard (Harvard Public School, à Boston, Etats-Unis), qui publient leur enquête, ce mardi, sur le site de la revue britannique *British Journal of Sports Medicine*.

20 heures de télé contre 15 heures de sport

Cette enquête, menée sur un échantillon de 129 hommes de 18 à 22 ans, a montré que le sperme des hommes passant plus de 20 heures par semaine devant leur petit écran avait une concentration en spermatozoïdes de 44% inférieure à ceux qui restaient très peu de temps scotchés à leur écran. A contrario, le sperme des mâles qui font de l'exercice physique au moins 15 heures par semaine contient 73% de spermatozoïdes de plus que les fainéants qui font moins de 5 heures de sport durant la même période.

Mais que ceux pour qui le sport se pratique exclusivement effondré sur un canapé ou dans un pub devant un écran se rassure : aucun des hommes qui ont participé à l'étude n'était sous le seuil de fertilité (15 millions de spermatozoïdes / ml selon l'OMS).

Petit coup de mou des Français

Reste que les Français ont du souci à se faire : selon l'institut de mesure d'audience Médiamétrie, ils ont regardé la télévision pendant 24 heures et 50 minutes chaque semaine en moyenne au cours de l'année 2012 (3 heures et 47 minutes par jour). Et semblent sur la mauvaise pente : en dix ans, leur appétence pour la zappette a enflé de 30 minutes.

Or, la fertilité des Français a déjà connu un coup de mou. Début décembre, une étude publiée par la revue scientifique européenne «*Human Reproduction*» et menée à l'échelle de l'Hexagone sur 26 000 hommes, entre 1989 et 2005, avait montré que le sperme français contenait de moins en moins de spermatozoïdes. Sur cette période, le nombre de spermatozoïdes chez un homme de 35 ans serait passé de 73,6 millions /ml à 49,9 millions /ml en moyenne. Un chiffre inquiétant dans la mesure où sous la barre des 55 millions, le temps de la procréation est plus long.

LeParisien.fr

Droits de reproduction et de diffusion réservés - Copyright LE PARISIEN 2013